ピザ

ヘビータイプ
厚みのあるパンタイプの生地

材料	直径約20cm 3枚分	
水	180mL	
強力粉	240g	
薄力粉	40g	
砂糖	8g	大1
塩	5g	小1
ショートニング	12g	
ドライイースト	3g	小1

クリスピータイプ
サクッとした歯ざわりの生地

材料	直径約20cm 4枚分	
水	150mL	
強力粉	200g	
薄力粉	80g	
塩	1.2g	小1/4
オリーブ油	24g	大2
ドライイースト	3g	小1

トマトソース

材料	ピザ 4枚分
トマトピューレ	200mL
トマトケチャップ	大3
塩	少々
こしょう	少々

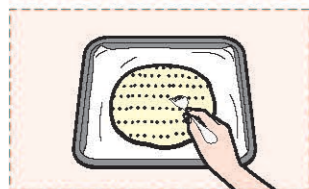
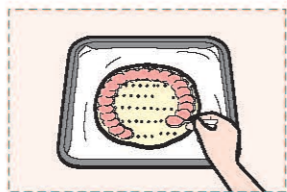
●全てを合わせ、よく混ぜておきます。

作り方

1 パンケースから取り出した生地を3～4等分にして丸め、ふきんをかけて約20分休ませる

2 1をクッキングシートにのせ、めん棒で直径約20cmの円形にのばす

3 クッキングシートごとオーブン皿に移し、フォークで穴をあける

4 3の表面にトマトソースを厚めにぬる

5 トッピングの具をのせ、200～220℃に予熱したオーブンで約15分焼く

ピザバリエーション いろいろ組み合わせて楽しみましょう！

メニュー	ソース	トッピング	仕上げ
トマトピザ	オリーブ油＋トマトソース	トマト（輪切り）	モッツァレラチーズ
シーフードピザ		えび・いか・たこ	ミックスチーズ・チリソース
ミックスピザ		サラミソーセージ・アンチョビー・マッシュルーム・ピーマン	ミックスチーズ
ハワイアンピザ		パイナップル（缶詰）・ハム	
きのこピザ		マッシュルーム・しめじ・しいたけなど	
ツナピザ		ツナ（缶詰）・コーン（缶詰）・マッシュルーム・ピーマン	
ベーコンミックスピザ		ベーコン・玉ねぎ（薄切り）・コーン（缶詰）・ピーマン	
お好み焼きピザ	お好み焼きソース（＋ケチャップ）	いか・ミンチ（ほぐす）・ベーコン・桜えび	青のり・かつお節・マヨネーズまたはミックスチーズ
納豆ピザ		納豆・ねぎ（刻む）	マヨネーズ＋しょう油＋ねりがらし

●お好みで最後にオレガノ・オリーブ油をふって焼くとおいしくいただけます。

フォカッチャ

作り方

1 パンケースから取り出した生地を4等分にして丸め、ふきんをかけて約20分休ませる

2 1をクッキングシートにのせ、めん棒で直径約15cmの円形にのばす

3 クッキングシートごとオーブン皿に移し、室温で約15分おく

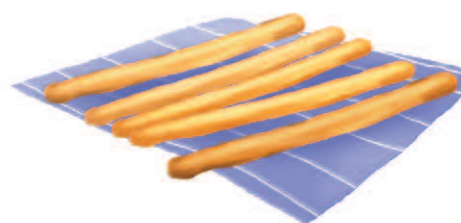
4 3の表面に指でくぼみをつけ、オリーブ油をぬり、AやBをのせる

5 220～240℃に予熱したオーブンで約15分焼く

材料	4枚分	
水	170mL	
強力粉	150g	
薄力粉	150g	
砂糖	4g	大1/2
塩	2.5g	小1/2
オリーブ油	12g	大1
ドライイースト	3g	小1
オリーブ油（ドリュウル）	適宜	
具（トッピング）		
A ブラックオリーブ	適宜	
B 玉ねぎ	50g	中1/4個
B 塩	2.5g	小1/2

●玉ねぎは繊維にそって薄切りにし、塩をふりかけしばらくおいた後、水けを切ります。

グリッシーニ

作り方

1 パンケースから取り出した生地をめん棒で15×20cmの長方形にのばし、ふきんをかけて約20分休ませる

2 包丁で1cm幅に切り、まな板などの上で両手でころがしながら、25～30cmの棒状にのばす

3 クッキングシートを敷いたオーブン皿に2を並べ、生地の表面にハケで水をぬり、粉チーズを上にのせる

4 180～200℃に予熱したオーブンで15～20分焼く

材料	20本分	
牛乳	140mL	
強力粉	200g	
砂糖	4g	大1/2
塩	5g	小1
オリーブ油	8g	小2
ドライイースト	3g	小1
具（トッピング）		
粉チーズ	10g	大2

ナン

作り方

1 パンケースから取り出した生地を6等分にして丸め、ふきんをかけて約20分休ませる

2 1をめん棒でだ円形に薄くのばす

3 フライパンに油をひかずに中火で両面を3～5分、薄いこげ色がつくまで焼く

材料	6枚分	
水	190mL	
強力粉	250g	
薄力粉	50g	
砂糖	8g	大1
塩	5g	小1
バター	10g	
ドライイースト	3g	小1

プチパン

材料	12個分	
水	230mL	
米粉	300g	
砂糖	16g	大2
スキムミルク	6g	大1
塩	2.5g	小½
バター	10g	
ドライイースト	3g	小1

作り方

1 パンケースから取り出した生地を12等分にして丸め、ふきんをかけて約20分休ませる

2 1を丸めなおし、クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べる

3 霧吹きをして、約35℃で30～40分（約2倍になるまで）発酵させる

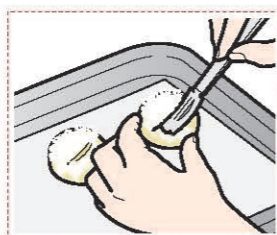
4 3に米粉（分量外）を茶こしでふりかける（お好みでカミソリやよく切れる包丁で、生地の表面に切れ目を入れてください。）

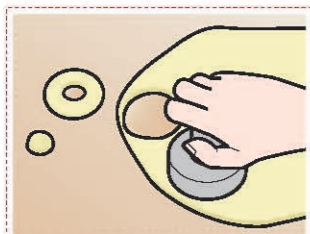
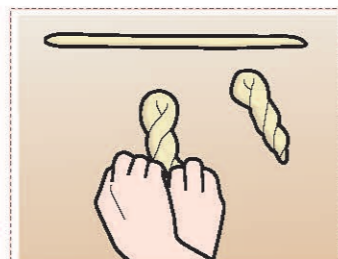
5 約180℃に予熱したオーブンで約15分焼く

ドーナツ

材料	リングドーナツ 8個分 ツイストドーナツ 4個分
バターロールの生地（米粉）→P.35	1回分
揚げ油	適宜
具（トッピング）	
A グラニュー糖	適宜
A 粉糖	適宜

●コーティング用のチョコレートを湯煎で溶かし、ドーナツの表面に塗るとチョコドーナツになります。

作り方

1 パンケースから取り出した生地を2等分にする。半分はリングドーナツ用に丸め、半分はツイストドーナツ用に4分割して丸めてふきんをかけて約20分休ませる

2 リングドーナツ用の生地をめん棒で1cm厚さにのばし、ドーナツ型で抜く

3 ツイストドーナツ用の生地を約30cmの棒状にのばし、縄状にねじって両端をとじる

4 クッキングシートを敷いたオーブン皿に2と3を並べ、約40℃で30～40分（約2倍になるまで）発酵させる

5 約170℃に熱した揚げ油に4を入れて、ときどき裏返しながらきつね色になるまでこんがりと揚げる

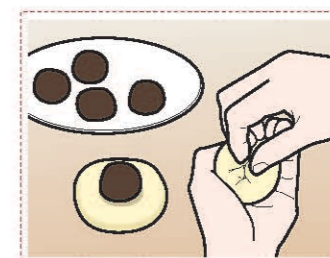
6 熱いうちに、Aをまぶす

あんぱん

材料	9個分
バターロールの生地（米粉）→下記参照	1回分
粒あん（30gに分けて丸める）	270g
とき卵（ドリュウル）	適宜
具（トッピング）	
けしの実	適宜

作り方

1 パンケースから取り出した生地を9等分にして丸め、ふきんをかけて約20分休ませる

2 1を直径9cmの円形にのばして粒あんをのせ、まわりから生地を寄せるようにして包む

3 合わせ目をしっかりとじて、手のひらで軽くやや平らにする

4 クッキングシートを敷いたオーブン皿に3を並べ、霧吹きをして、約35℃で30～40分（約2倍になるまで）発酵させる

5 生地の中央に指で押してくぼみを作った後、ドリュウルをハケでぬり、けしの実をのせる

6 約180℃に予熱したオーブンで約15分焼く

バターロール 作り方 P.27

材料	14個分	
牛乳	180mL	
卵	50g	中1個
米粉	300g	
砂糖	24g	大3
塩	5g	小1
バター	50g	
ドライイースト	3g	小1
とき卵（ドリュウル）	適宜	

ベーグル 作り方 P.30

材料	8個分	
水	230mL	
米粉	300g	
砂糖	24g	大3
塩	5g	小1
ドライイースト	3g	小1
とき卵（ドリュウル）	適宜	
具（トッピング）		
クリームチーズ（常温に戻す）	100g	
スモークサーモン	適宜	
レタス	適宜	
玉ねぎ（薄切り）など	適宜	

ピザ/ヘビータイプ 厚みのあるパンタイプの生地 作り方 P.32

材料	直径約20cm 3枚分	
水	230mL	
米粉	300g	
砂糖	8g	大1
塩	5g	小1
ショートニング	12g	
ドライイースト	3g	小1

●もっちりとした食感になります。

ナン 作り方 P.33

材料	6枚分	
水	230mL	
米粉	300g	
砂糖	8g	大1
塩	5g	小1
バター	10g	
ドライイースト	3g	小1

●米粉は生地の温度が高くなりすぎると出来栄えが悪くなります。夏場など室温が高い（25℃以上）場合、冷蔵庫で冷やした水（約5℃）を使ってください。

天然酵母 生種作り

天然酵母パンに使う生種を作ります。24時間でできあがります。
天然酵母パン種(元種)の状態ではパンはできません。

材料(1回量)

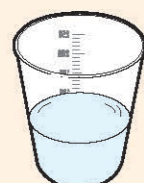
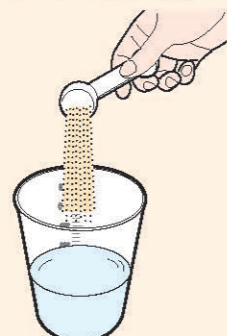
	最　大 (パン作り4~5回分)	最　小 (パン作り3回分)
元種	50g(大5)	30g(大3)
約30℃の水	100mL	60mL

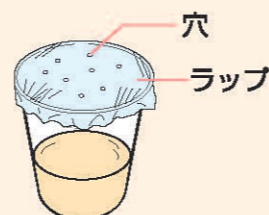
●大1は、付属の計量スプーン(大)ですりきり一杯を表しています。

●室温が約30℃以上で生種作りをすると、発酵しすぎて、生種がうまくできないことがあります。
●必ず約30℃(20~40℃)の水を使ってください。
(水温が高すぎたり、低すぎたりすると生種がうまくできないことがあります。)
●容器・計量スプーンが汚れていると、生種がうまくできません。

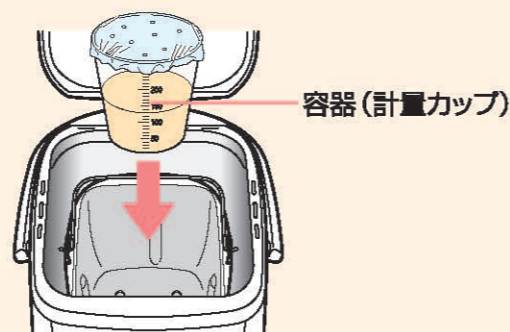
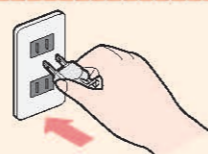
作り方

1 材料を容器(計量カップ)に入れ、ラップをする

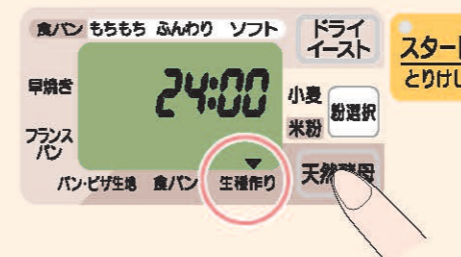
①約30℃の水を入れる

②元種を入れて十分に混ぜる

③容器にラップをする

●ラップは軽くかける程度にするか、上面につまようじなどで数ヵ所穴を開けます。
密閉すると、うまく発酵しないことがあります。

2 本体にパンケースを取りつけて、容器を入れ、ふたを閉める

(→P.6)

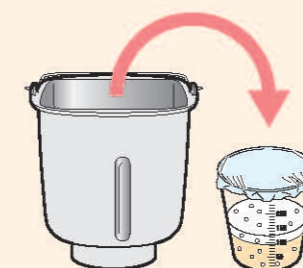
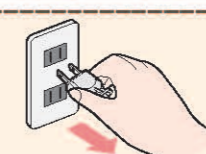
●ハネは取りつけないでください。

3 差込みプラグをコンセントに差し込む

4 天然酵母 を押して「生種作り」コースを選ぶ

「天然酵母」キーを押すたびに表示部の「▼」が移動し、各コースのできあがりまでの時間を表示します。

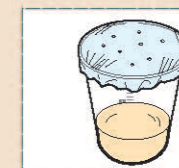
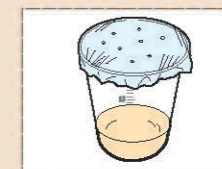
生種作り → 食パン → パン・ピザ生地

5 スタート とりけし を押す

スタートランプが点灯し、調理開始のメロディーが鳴ります。
表示部に「調理中」「発酵」を表示します。

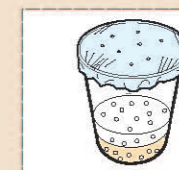
6 できあがりの メロディーが鳴ったら スタート とりけし を1秒以上押し、容器(計量カップ)を取り出す

●容器を取り出し忘れたときは、2~3時間以内なら、すぐに冷蔵庫に入れてください。

7 使用後は差込みプラグをコンセントから抜く

生種ができるまで

スタート

▼

15~20時間後、発酵により量が増えることがあります。
増え方や、増える時間帯は元種のロットなどにより異なります。

▼

完了時

うまくできたときは酒粕のようなアルコール臭と少し酸っぱいにおいがします。

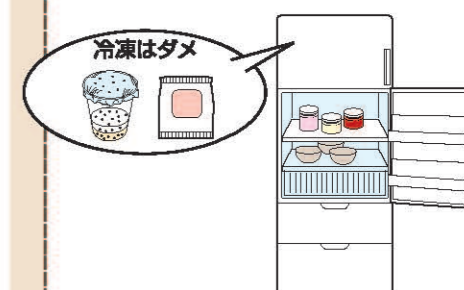
生種の扱いについて

生種は、肉・魚など生ものと同じで高温や雑菌に弱く、保存方法も限られています。
生種の発酵力が弱くならないように、次のことに注意してください。

容器(計量カップ)

生種作り専用とし、清潔にしておいてください。

保 存

●容器に入れたままラップなどで密封して冷蔵庫に入れ、1週間以内で使いきってください。
●冷凍・常温保存はしないでください。
●生種作りをしたあとの取り出し忘れに注意してください。
●新しい生種と古い生種を混ぜないでください。

天然酵母 食パンと生地の作り方

天然酵母の生種を使った食パン、または生地を作ります。天然酵母「食パン」コースを例にして説明します。

天然酵母 食パン

材料	1斤分	
水	200mL	
生種	26g	大2
強力粉	300g	
砂糖	16g	大2
塩	5g	小1

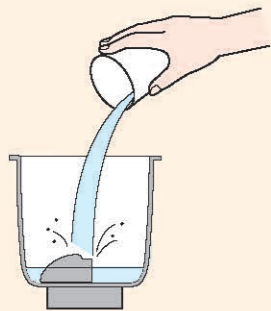
●大1は、付属の計量スプーン(大)ですりきり一杯。小1は、付属の計量スプーン(小)ですりきり一杯を表しています。

作り方

1 本体からパンケースを取り出し、ハネをセットする (→P.6)

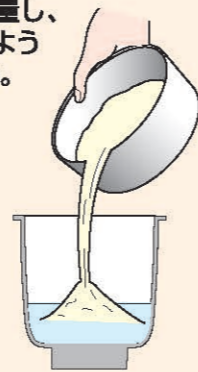
●ハネは回転軸とハネの穴を合わせ奥まで確実に差し込んでください。浮き上がっていると、パンができません。

2 パンケースに材料を入れる

①水(液体)を入れる

②天然酵母(生種)を入れる

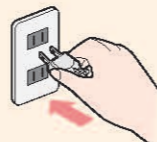
●生種は全体をよく混ぜてから計量してください。

③小麦粉などの材料を入れる

●材料は正しく計量し、中央が高くなるように入れてください。

3 パンケースを本体に取りつけてふたを閉める

(→P.6)

●パンケースハンドルは、横に倒してください。

4 差込みプラグをコンセントに差し込む

5 天然酵母 を押して「食パン」または「パン・ピザ生地」コースを選ぶ

6 以降の手順は下記のページをご覧ください。

●食パンを焼くときは…→P.13〜14
●生地を作るときは…→P.26

●天然酵母「食パン」コースのアレンジメニューはP.39、「パン・ピザ生地」コースのアレンジメニューはP.40に掲載しています。

天然酵母 食パン アレンジメニュー

全粒粉パン

材料	1斤分	
水	210mL	
生種	26g	大2
強力粉	270g	
全粒粉	30g	
砂糖	16g	大2
塩	5g	小1

ライ麦パン

材料	1斤分	
水	200mL	
生種	26g	大2
強力粉	270g	
ライ麦粉	30g	
砂糖	16g	大2
塩	5g	小1

コーン&セサミパン 具 タイマー

材料	1斤分	
水	200mL	
生種	26g	大2
強力粉	300g	
砂糖	16g	大2
塩	5g	小1
黒ごま	4g	大1/2
具		
コーン(水けを切ったもの)	30g	

レーズンパン 具

材料	1斤分	
水	200mL	
生種	26g	大2
強力粉	300g	
砂糖	16g	大2
塩	2.5g	小1/2
具		
レーズン	50g	

くるみパン 具

材料	1斤分	
水	200mL	
生種	26g	大2
強力粉	300g	
砂糖	16g	大2
塩	5g	小1
具		
くるみ(刻む)	50g	

天然酵母「食パン」

具 このマークのあるものは具入り(具後入れ)メニューです。具入れブザーが鳴ったときに具を入れてください。(→P.17)

このマークのあるものはタイマー予約はお使いいただけません。

天然酵母 パン・ピザ生地 アレンジメニュー

ピザ・バターロール

バターロール 作り方 P.27

材料	14個分	
牛乳	110mL	
卵	50g	中1個
生種	26g	大2
強力粉	300g	
砂糖	24g	大3
塩	3.3g	小2/3
バター	60g	
とき卵(ドリュウル)	適宜	

フランスパン風バリエ 作り方 P.30

材料	バタール2個分 カイザー6個分	
水	160mL	
生種	26g	大2
強力粉	250g	
薄力粉	50g	
塩	3.3g	小2/3
レモン汁	3mL	小1/2強

ピザ/ヘビータイプ 作り方 P.32
厚みのあるパンタイプの生地

材料	直径約20cm 3枚分	
水	160mL	
生種	26g	大2
強力粉	240g	
薄力粉	40g	
砂糖	8g	大1
塩	5g	小1
ショートニング	12g	

●もっちりとした食感になります。

ピザ/クリスピータイプ 作り方 P.32
サクッとした歯ざわりの生地

材料	直径約20cm 4枚分	
水	130mL	
生種	20g	大1 1/2強
強力粉	200g	
薄力粉	80g	
オリーブ油	30g	大2 1/2

SWEETS
スイーツ作り

ケーキやジャム作りも手間なく手軽に!

スイーツ ケーキコース / ジャムコース

メニューに合わせた材料を入れると自動でケーキが焼き上がり、
お子さまのおやつやティータイムに、手軽でおいしいケーキが作れます。
ジャム・フルーツソースもつきっきりの手間が省けて、
お好みの味に調節可能。
旬の果物で作るジャム・フルーツソースをお楽しみください。